

Как распознать и предупредить пневмонию



Зимой, жители России чаще всего страдают от заболеваний органов дыхания, таких как различные острые респираторные заболевания, грипп. Особенно часто этими заболеваниями, болеют дети дошкольного и младшего школьного возраста. И, если, при соблюдении постельного режима и других рекомендаций врача заболевание проходит спустя 5-7 дней, то при недостаточном внимании к своему здоровью ОРЗ и грипп может осложниться таким смертельно опасным заболеванием, как пневмония.

Пневмония является распространенной причиной смертности детей и взрослых во всем мире. Только в России, согласно статистическим данным за 2017 год выявлено 17 случаев заболеваемости пневмонией на 100 тысяч населения.

Давайте попробуем разобраться, что такое пневмония и как отличить ее от других респираторных заболеваний.

Пневмония или воспаление легких - это воспаление легочной ткани, как правило, инфекционного происхождения.

В год, диагноз пневмония ставится более 17 млн. человек, при этом мужчины болеют на 30 % чаще, чем женщины.

Заболеть пневмонией можно в любом возрасте, но более подвержены данному заболеванию дети до пяти лет и люди пожилого возраста.

Среди факторов риска развития пневмонии отмечается наличие у человека бронхиальной астмы, иммунодефицитных состояний, сахарного диабета, различных заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Тяжелые условия труда, недостаточное питание, низкий уровень жизни, неблагоприятные бытовые условия, так же являются факторами, провоцирующими пневмонию.

Воспаление легких это коварное заболевание, и часто бывает, что пневмония маскируется под грипп или другие ОРВИ. Спровоцировать пневмонию могут любые вирусы и бактерии, в т.ч. вирусы кори, ветрянки, а так же грибковые заболевания.

Обычно воспаление легких развивается как осложнение респираторно - вирусных инфекций, поэтому так важно при ОРВИ соблюдать постельный режим и выполнять все назначения врача.

Следует быть особенно внимательными, если у Вас или у Вашего ребенка:

- на 3-5 день от начала ОРВИ наступает резкое ухудшение самочувствия;
- наблюдается затянувшийся кашель и небольшой (как правило, до 38°C) подъем температуры, при этом сильная слабость, повышенная потливость и выраженное общее недомогание;
- ощущение колющих болей в боку или спине, которые усиливаются при кашле и вдохе;
- отсутствие эффекта от приема традиционных жаропонижающих средств;
- ощущение нехватки воздуха при дыхании.

К сожалению, симптомы пневмонии часто сходны с другими легочными заболеваниями, поэтому, оптимальный вариант быстро и безошибочно выяснить наличие или отсутствие пневмонии - *это обратиться к Вашему лечащему врачу.*

Профилактика пневмонии:

- иммунизация против заболеваний, способных вызвать пневмонию, а именно гемофильной и пневмококковой инфекции, кори, коклюша;
- своевременное лечение простудных заболеваний;
- сбалансированное питание;
- закаливание;
- оптимальная физическая активность;
- отказ от вредных привычек, в том числе от курения;
- соблюдение режима труда и отдыха;
- своевременное лечение других заболеваний, способствующих развитию пневмонии (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких).

Будьте внимательны к своему здоровью! Помните, что лучше предотвратить пневмонию, чем потом заниматься ее лечением.